

Co się stanie, jeżeli zapomnimy wziąć tabletki?

Kobiety decydujące się na doustną antykoncepcję, najczęściej kierują się przy ich wyborze skutecznością tej metody (40% badanych)*, dlatego wiele kobiet wybiera właśnie tabletki antykoncepcyjne. Bez względu na przyczynę, prawie każda kobieta stosująca doustną antykoncepcję w pewnym momencie może pominąć dawkę leku. Co się wtedy stanie i jakie będą konsekwencje dla organizmu? Czy nadal ta metoda będzie skuteczna? Razem z ekspertem portalu „Zdrowa ONA”, ginekologiem, prof. dr hab. n. med. Violetą Skrzypulec-Plintą wyjaśniamy tę kwestię.

Od czego zależy skuteczność antykoncepcji hormonalnej?

Tabletki antykoncepcyjne zapobiegają ciąży poprzez hamowanie owulacji. Różnią się między sobą dawką hormonów, zarówno estrogenów jak i gestagenów, oraz schematem podawania. Hormony, w postaci tabletek, stosowane są codziennie w schemacie 21, 24 lub 28- dniowym.

Doustne tabletki antykoncepcyjne (DTA) mogą być jednoskładnikowe bądź dwuskładnikowe. Te pierwsze, tzw. mini tabletki zawierają niewielką dawkę progestagenu – syntetycznego odpowiednika progesteronu. Natomiast preparaty dwuskładnikowe (złożone) zawierają w swym składzie etynyloestradiol oraz syntetycznie gestageny. Można wyróżnić preparaty niskodawkowe oraz średniodawkowe. Tabletki niskodawkowe wymagają ścisłego przestrzegania reżimu przyjmowania. Obarczone są też większym ryzykiem pojawienia się plamień i krwawień w czasie cyklu. Tabletki jednoskładnikowe zawierają tylko gestagen. Są stosowane u kobiet karmiących, u tych, które nie mogą przyjmować estrogenów a także jako antykoncepcja awaryjna, doraźna.

Mechanizm działania pigułek antykoncepcyjnych polega na niedopuszczeniu do owulacji poprzez hamowanie wydzielania odpowiednich szlaków hormonalnych odpowiedzialnych za wzrost i dojrzewanie komórki jajowej. Tabletki antykoncepcyjne wpływają na cykl miesięczkowy kobiety, dając możliwość skutecznego zabezpieczenia przed ciążą. Jednak pominięcie jednej tabletki a kilku to dwie bardzo różne sprawy - tłumaczy prof. dr hab. n. med. Violeta Skrzypulec-Plinta, ginekolog, ekspert programu „Zdrowa Ona”.

Zapomniałaś pigułki? - skorzystaj z algorytmu szytego na miarę.

Możliwe, że pewnego ranka z pośpiechu zapomniałaś o tabletkce. Może przed podróżą w natłoku obowiązków zabrakło Ci czasu na skontaktowanie się

z lekarzem, by przepisał następne opakowanie. Przytoczone sytuacje sprawiają, że wiele kobiet zastanawia się, czy ta metoda antykoncepcji nie zawiedzie. Istnieją narzędzia, które podpowiedzą nam, co powinno się robić, jeśli nastąpi pominięcie tabletki. Aby nie trwać w niepewności skorzystaj z algorytmu, który pomoże Ci wybrnąć z podbramkowej sytuacji: <http://antykoncepcjanamiare.pl/antykoncepcja-szyta-na-miare/>. Podając takie informacje, jak rodzaj stosowanych tabletek oraz schemat ich dawkowania, otrzymasz poradę na miarę własnych potrzeb i dowiesz się, jak postępować w sytuacji pominięcia pigułki. Należy jednak pamiętać, iż nie zastąpi to fachowej porady lekarza. Jeżeli pojawią się u Ciebie jakiegokolwiek wątpliwości, skonsultuj się ze swoim ginekologiem.

Jeśli przegapisz jedną tabletkę

Nie stresuj się! Większość kobiet, która zażywa doustną antykoncepcję, w pewnym momencie zapomina o przyjęciu tabletki. *Gdy miała miejsce taka sytuacja, by zachować skuteczność antykoncepcji, musimy zażyć kolejną tabletkę. Powinniśmy ją przyjąć w przeciągu dwunastu godzin od zażycia ostatniej, nawet jeżeli będzie to oznaczało przyjęcie dwóch dawek w ciągu jednego dnia. Następnie kontynuujemy stosowanie leku o zwykłej porze* – wyjaśnia prof. dr hab. n. med. Violetta Skrzypulec-Plinta.

Jeżeli zapomnisz dwóch lub więcej tabletek

W przypadku pominięcia więcej niż jednej tabletki, znacznie spada skuteczność doustnej antykoncepcji. Powinno się wtedy rozważyć stosowanie dodatkowej metody zabezpieczenia, na przykład prezerwatywy, bądź powstrzymać się od seksu. Gdy taka sytuacja miała miejsce, a doszło w tym czasie do stosunku, warto skonsultować się z ginekologiem, który podpowie, jak postępować dalej. – dodaje prof. dr hab. n. med. Violetta Skrzypulec-Plinta.

Sytuacje, w których zmniejsza się skuteczność tabletek

Jeśli z jakiegoś powodu występują wymioty lub biegunka, wchłanianie pigułek antykoncepcyjnych może być zaburzone. W takich przypadkach skuteczność tej metody antykoncepcji jest zmniejszona. Po incydencie niestrawności należy zastosować dodatkową metodę wspomagającą antykoncepcję oraz skontaktować się z ginekologiem, który udzieli więcej informacji. Do zaburzenia wchłaniania tabletek antykoncepcyjnych mogą doprowadzić także niektóre leki, między

innymi: barbiturany, karbamazepina, topiramát, okskarbazepina, fenytoina, niektóre antybiotyki, leki przeciwgrzybicze oraz ziele dziurawca. W takim przypadku, przy każdym rozpoczęciu nowego leczenia, trzeba zasięgnąć porady lekarza w celu skonsultowania interakcji preparatu z pigułkami antykoncepcyjnymi.

* Ogólnopolskie badanie pt. „Skuteczna antykoncepcja a kobiece potrzeby” zrealizowane na zlecenie Gedeon Richter Polska Sp. z o. o. dla portalu „Zdrowa Ona”, przeprowadzone w dniach 12.03-14.03.2018r. metodą wywiadów on-line (CAWI) przez agencję SW RESEARCH. Badaniem objęto łącznie 635 kobiet w wieku powyżej 18. roku życia.